




MENÚ

Maig 2021

Dilluns **03**

• Cuinat de cigrons amb espinacs (12)

• Truita francesa (3) i tomàtiga amb formatge fresc (7)

• Fruita del temps ECO  i pa integral (1)

Dimarts **04**

• Sopa minestrone amb galets ECO  (1,3,7,9)

• Pitera de pollastre a les fines herbes i mongeta tendra saltejada

• Fruita del temps i pa integral (1)

Dimecres **05**

• Crema de verdures (12)

• Guisat de lluç amb patates (4,12)

• Fruita del temps i pa blanc (1)

Dijous **06**

• Arròs 3 delícies (1,3,6,7)

• Llom a la planxa i ensalada (lletuga, pastanaga)

• Iogurt (7) i pa integral (1)

Divendres **07**

• Macarrons a la bolognesa (1,12)

• Perca en adob al forn (4) i ensalada (lletuga, blat de les índies)

• Fruita del temps i pa integral (1)


Dilluns **10**

• Cuinat de lletíes amb bledes (12)

• Lluç arrebossat (1,4) i ensalada (lletuga, tomàtiga)

• Gelat (7) i pa integral (1)

Dimarts **11**

• Sopa de peix amb arròs ECO  (4,12)

• Hamburguesa mixta (6) i patata panadera

• Fruita del temps i pa integral (1)

Dimecres **12**

• Crema de llegums (12)

• Truita de patates (3) i ensalada (lletuga, pastanaga, olives)

• Fruita del temps i pa blanc (1)

Dijous **13**

• Ensalada de pasta mediterrània (1,12)

• Salmó amb salsa de nata-soia (1,4,6,7) i minestra de verdures

• Fruita del temps i pa integral (1)


Divendres **14**

• Crema de carbassa (12)

• Pollastre al curry i arròs blanc

• Fruita del temps i pa integral (1)

Dilluns **17**

• Sopa d'au amb galets ECO  (1,3,7,9)

• Bullit d'ou (3,12)

• Fruita del temps i pa integral (1)

Dimarts **18**

• Ensalada d'arròs amb cranc (1,2,3,4,6,10,12)

• Lluç a la planxa (4) i carbassó rostit

• Iogurt (7) i pa integral (1)

Dimecres **19**

• Pasta llaços amb tomàtiga i tonyina (1,4,12)


• Aletes de pollastre "a l'ajillo" i ensalada (lletuga, pastanaga)

• Fruita del temps i pa blanc (1)

Dijous **20**

• Cuinat de mongetes blanques (12)

• Hoki a la bordalesa (1,4) i ensalada (lletuga, tomàtiga, olives)

• Fruita del temps ECO  i pa integral (1)

Divendres **21**

• Ensalada mixta amb indiots i formatge (6,7)


• Estofat de vedella amb patates (12)

• Fruita del temps i pa integral (1)

Dilluns **24**

• Mini pizzas (1,4,6,7)

• Perca a la planxa (4) i ensalada (lletuga, pastanaga, olives)

• Fruita del temps ECO  i pa integral (1)

Dimarts **25**

• Crema de carbassó i porro (12)

• Pilotes a la jardinera amb patates (6,12)

• Fruita del temps i pa integral (1)

Dimecres **26**

• Esalada de cigrons amb trempó (12)

• Truita de patates (3) i bròquil gratinat (1,7)

• Fruita del temps i pa blanc (1)

Dijous **27**

• Arròs a la milanesa (7,12)

• Salmó a la planxa (4) i ensalada (lletuga, blat de les índies)

• Natilles de xocolata (7) i pa integral (1)

Divendres **28**

• Crema de llegums (12) amb crostons (1,7)

• Cuixetes de pollastre rostides a la provençal (1) i ensalada (lletuga, tomàtiga)

• Fruita de temporada i pa integral

Dilluns **31**

• Crema de verdures (12)

• Llom a la planxa i ensaladilla russa (3,6,12)

• Iogurt (7) i pa integral (1)

Dimarts

•

•

•

Dimecres

•

•

•

Dijous

•

•

•


Divendres

•

•

•

La beguda sempre serà aigua

 ECO: producte ecològic



newrest

Menús revisats i aprovats per la nostra Dietista/Nutricionista.
Diplomada en Nutrició Humana i Dietètica. Nº Col. MAD00357

LA NOSTRA PROPOSTA DE SOPARS PER AQUES MES ES:

<p>DILLUNS - 03</p> <p>Pilotes de bacallà en salsa verda i patates al vapor</p> <p>Fruita</p>	<p>DIMARTS - 04</p> <p>Crema essau de lletíes, porro i ceba</p> <p>Lacti</p>	<p>DIMECRES - 05</p> <p>Bistec de vedella a la planxa i colflori "a l'ajoriero"</p> <p>Fruita</p>	<p>DIJOUS - 06</p> <p>Tintorera a la planxa amb moniato rostit i espinacs</p> <p>Fruita</p>	<p>DIVENDRES - 07</p> <p>Remenat d'ous amb bróquil i ensalada de quinoa</p> <p>Fruita</p>
<p>DILLUNS - 10</p> <p>Truita francesa amb tomàtiga. Pastanaga saltejada amb porro i api</p> <p>Lacti</p>	<p>DIMARTS - 11</p> <p>Sorells en escabetxo i ensalada amb crostons</p> <p>Fruita</p>	<p>DIMECRES - 12</p> <p>Pitera de pollastre amb verdures augegades</p> <p>Fruita</p>	<p>DIJOUS - 13</p> <p>Salltejat de tofu amb kale, salsa de soia i fideus d'arròs</p> <p>Fruita</p>	<p>DIVENDRES - 14</p> <p>Llenguado en papillote amb espàrrecs a la planxa</p> <p>Fruita</p>
<p>DILLUNS - 17</p> <p>Pollastre en pepitoria i minestra de verdures amb allets</p> <p>Fruita</p>	<p>DIMARTS - 18</p> <p>Lasagna casolana de verdures</p> <p>Fruita</p>	<p>DIMECRES - 19</p> <p>Truita de patates amb cuixot i formatge. Trempó.</p> <p>Fruita</p>	<p>DIJOUS - 20</p> <p>Llom a la planxa i ensalada freda de patata, mongeta tendrà i ceba</p> <p>Lacti</p>	<p>DIVENDRES - 21</p> <p>Daurada al forn amb tomàtiga rostida i bróquil</p> <p>Fruita</p>
<p>DILLUNS - 24</p> <p>Ous remenats amb gambetes. Colflori gratinada.</p> <p>Lacti</p>	<p>DIMARTS - 25</p> <p>Calamar amb ceba i arròs integral</p> <p>Fruita</p>	<p>DIMECRES - 26</p> <p>Pasta de full farcida de verdures i xampinyons</p> <p>Fruita</p>	<p>DIJOUS - 27</p> <p>Llom adobat i ensalada camperola de patata</p> <p>Fruita</p>	<p>DIVENDRES - 28</p> <p>Lluç a la planxa i pisto de verdures</p> <p>Fruita</p>
<p>DILLUNS - 31</p> <p>Filet de tonyina al forn amb salsa de tomàtiga i pebres</p> <p>Fruita</p>				

En compliment amb el Reglament UE 1169/2011 d'informació alimentària facilitada al consumidor, indiquem els al·lèrgens presents als nostres menús segons el següent codi numèric:

1 Gluten, 2 Crustacis, 3 Ous, 4 peix, 5 Cacauets, 6 Soia, 7 Llet, 8 Fruits de closca, 9 Api, 10 Mostassa, 11 Sèsam, 12 Diòxid de sofre i sulfits, 13 Tramussos, 14 Mol·luscs.

En compliment amb la Llei 17/2011 de Seguretat Alimentària i Nutrició, posem a disposició del seu centre, a través de la nostra pàgina web, la descripció completa d'ingredients emprats i al·lèrgens que pugui contenir cada plat del menú. Sol·liciteu més informació al seu centre.

Abans d'imprimir o sol·licitar una còpia impresa d'aquest menú, pensi bé si és necessari fer-ho. El medi ambient és qüestió de tots.

